

Estudio de las demandas de servicios de actividad física de las personas mayores en España. Características organizativas

María Dolores González Rivera (*), Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el deporte

María Martín Rodríguez (**), Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el deporte

José Emilio Jiménez-Beatty Navarro (*), Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el deporte

David del Hierro Pinés (**), Doctorando en Ciencias de la Actividad Física y el deporte

(*) Deptº. de Psicopedagogía y Educación Física (Universidad de Alcalá)

(**) Facultad de CC. De la Actividad Física y del Deporte- INEF – UPM

ÁREA TEMÁTICA: Políticas, instalaciones deportivas, gestión y deporte.

RESUMEN

La comunicación aborda las demandas de actividad física de las personas mayores no practicantes pero interesadas en practicar, es decir la demanda latente. El enfoque metodológico ha sido cuantitativo mediante el método de encuesta, realizándose entrevistas estructuradas cara a cara a una muestra aleatoria y representativa de la población de personas mayores en España. Los resultados parecen indicar claras tendencias en las principales actividades físicas que les gustaría realizar (actividades en sala y actividades acuáticas), y en las expectativas organizativas en las características de realización de dichas actividades y los correspondientes servicios.

PALABRAS CLAVE: actividad física, personas mayores, demandas.

ABSTRACT

The communication approaches the demands of physical activity of the major persons not practicing but interested in practising, that is to say the latent demand. The methodological approach has been quantitative by means of the method of survey, there being realized interviews constructed face to face to a random and representative sample of the population of olders in Spain. The results seem to indicate clear trends in the principal physical activities that they would like to realize (activities in room and aquatic activities), and in the organizational expectations in the characteristics of accomplishment of the above mentioned activities and the corresponding services.

KEY WORDS: physical activity, older persons, demands.

1. INTRODUCCIÓN

Desde hace algunos años y tal como han indicado Mosquera y Puig (2002), cuando ha sido posible (oferta de actividades para ellos, mejora de las condiciones de vida,...) las personas mayores han comenzado a sentirse atraídas por la actividad física y lo van incorporando en sus modos de vida. Así puede observarse un progresivo crecimiento de la práctica física de las personas mayores de 65 años, en los estudios de hábitos deportivos efectuados en España por García Ferrando: en el estudio de 2000 (García Ferrando, 2001) en las personas de 65 a 74 años, se encontró que practicaba actividad física el 8 %. Y en el último estudio de 2005 (García Ferrando, 2006) se encontró con respecto a las personas de 65 a 74 años, que practicaban actividad física, el 17 %.

No obstante, estos estudios de hábitos u otros efectuados en otros países y lugares (Curtis, White y McPherson, 2000), se centran en estudiar a las personas practicantes, pero no a las personas que no practican pero que les gustaría practicar si no fuera por una serie de barreras que dificultan o impiden dicha práctica (Martínez del Castillo et al., 2007). Y como ha sido señalado el estudio de las necesidades y las expectativas de las personas mayores es uno de los requisitos para un adecuado diseño de programas y servicios (Jiménez-Beatty y Martínez del Castillo, 2007).

Sin embargo, son todavía escasos los estudios que han perseguido profundizar en el conocimiento de las necesidades de aquellas personas mayores no practicantes pero que desean practicar. Pues bien entre esas investigaciones sobre la demanda latente en las personas mayores de 65 años según su condición social, se encuentran los estudios de hábitos y demandas efectuados en la provincia de Guadalajara y en la Comunidad de Madrid.

En el estudio efectuado en la provincia de Guadalajara (Jiménez-Beatty, Martínez del Castillo y Graupera, 2006) se encontró que un 20,1% de las personas de 65 años o más, eran no practicantes pero les gustaría realizar al menos alguna actividad, pero por alguna barrera o circunstancia, todavía no podían efectuar dicha actividad (*demanda latente*). En cuanto a las actividades físicas que les gustaría practicar, la gimnasia de mantenimiento (u otros programas similares de ejercicio físico), seguido por la natación (u otros programas en el medio acuático) son las actividades más deseadas. Respecto a la frecuencia de práctica semanal, la práctica totalidad de estas personas desearía practicar dos veces o más a la semana. En referencia a cuándo preferirían practicar, casi la mitad de los mayores preferiría por las mañanas y la otra mitad por las tardes. En el modo de organización de la actividad, la mayoría quiere que sea alguna entidad deportiva (el 52%) o un centro de mayores (18%), y un 29,8% prefiere autorganizar su actividad.

En el estudio efectuado en la Comunidad de Madrid (Jiménez-Beatty y Martínez del Castillo, 2007), se encontró que un 25,2% de las personas de 65 años o más, eran no practicantes pero les gustaría realizar al menos alguna actividad (*demanda latente*). En cuanto a las actividades físicas que les gustaría practicar, los programas de ejercicio físico y la natación (u otros programas en el medio acuático) son las actividades más deseadas por el conjunto de estas personas mayores. Respecto a la frecuencia de práctica semanal, la práctica totalidad de estas personas desearía practicar dos veces o más a la semana (e incluso el 70% practicaría tres veces o más). En referencia a cuándo preferirían practicar, más de la mitad de los mayores (el 59%) preferiría por las mañanas y el resto principalmente por las tardes (el 34,4%). En el modo de organización de la actividad, la mayoría quiere que sea alguna entidad deportiva (el 51,2%) o un centro de mayores (23,6%), y un 25,2% prefiere autorganizar su actividad.

Pues bien, dada la escasez de estudios en torno a las personas mayores que no practican pero les gustaría practicar, y dado que el conocimiento de sus necesidades y expectativas es uno de los requisitos existentes para que las entidades deportivas puedan plantear adecuadamente sus ofertas, los objetivos planteados en este estudio¹ con respecto a la población de sesenta y cinco años cumplidos y más en España, son:

1. Averiguar la demanda latente en este grupo sociodemográfico, es decir el número de personas mayores que no practican pero les gustaría practicar.
2. En referencia a esas personas de la demanda latente, conocer la principal actividad física semanal que les gustaría realizar, así como sus expectativas en torno al modo de satisfacción de sus necesidades de actividad física.

2. METODOLOGÍA

La metodología ha consistido en la realización de entrevistas estructuradas a una muestra estadísticamente representativa de las personas de 65 años cumplidos o más, en España (7.484.392 personas, INE, 2006). Dicha muestra registra las siguientes características: el tamaño de la muestra final fue de 933 personas mayores. Al ser una población infinita, y trabajando con un intervalo de confianza del 95,5%, y suponiendo en la varianza poblacional el caso más desfavorable, el margen de error permitido de muestreo es de $\pm 3,27\%$. El tipo de muestreo, ha sido probabilístico de tipo polietápico, siendo las unidades de primera etapa los municipios en que residían habitualmente las personas mayores. La afijación de la muestra, ha sido proporcional a la distribución de las personas mayores según tamaño demográfico de los municipios y según género.

El trabajo de campo se llevó a cabo durante el mes de diciembre de 2006. En él, los entrevistadores aplicaron el cuestionario escrito mediante entrevista personal estructurada cara a cara, en el domicilio habitual del mayor. Para captar la información necesaria para los objetivos del estudio, se empleó el “Cuestionario de Actividad Física y Personas Mayores” (Jiménez-Beatty, Graupera y Martínez del Castillo, 2003). Los análisis de datos fueron efectuados, mediante el paquete informático de programas SPSS para WINDOWS (V 14.0).

3. ANÁLISIS DE RESULTADOS

La demanda latente en este grupo sociodemográfico, es decir el número de personas mayores que no practican pero les gustaría practicar semanalmente, es de un 12,8% del total de personas mayores de 65 años cumplidos o más en España.

Respecto a la *actividad física semanal que desearían realizar* las personas mayores no practicantes pero interesadas en practicar, se aprecia con claridad que las actividades más demandadas, por el 49,2% (Gráfico 1), son las ACTIVIDADES FÍSICAS EN SALA (ejercicio físico, gerontogimnasia, taichi, yoga, bailes...). A continuación por categorías de actividades, se sitúan las ACTIVIDADES FÍSICAS ACUÁTICAS, que realizarían una de cada tres personas (el 34,2%). En tercer lugar se ubican los DEPORTES (de raqueta y otros deportes), mencionados por una de cada diez de estas personas mayores de la demanda latente (el 10%). En cuarto lugar de las categorías se sitúan las ACTIVIDADES FÍSICAS AL AIRE LIBRE en el medio urbano, demandadas por el 6,7% de estos no practicantes (paseos en bicicleta, petanca, bolos...).

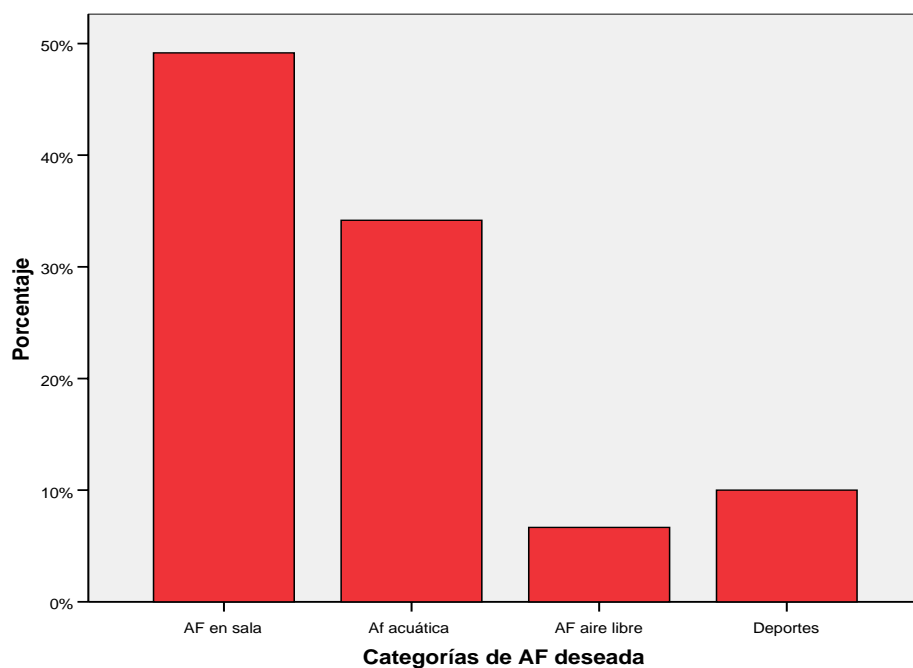


Gráfico 1. Categorías de Actividades físicas deseadas

En referencia al *número de horas semanales que desearían practicar*, puede apreciarse que estas personas de la demanda latente tienen unas elevadas expectativas de práctica regular, pues la mayoría desearía practicar dos horas o más a la semana: dos horas el 34,2%; tres horas el 22.5%; y más de tres horas, el 27.5%. Tan sólo un 15.8% contestó una hora a la semana (gráfico 2).

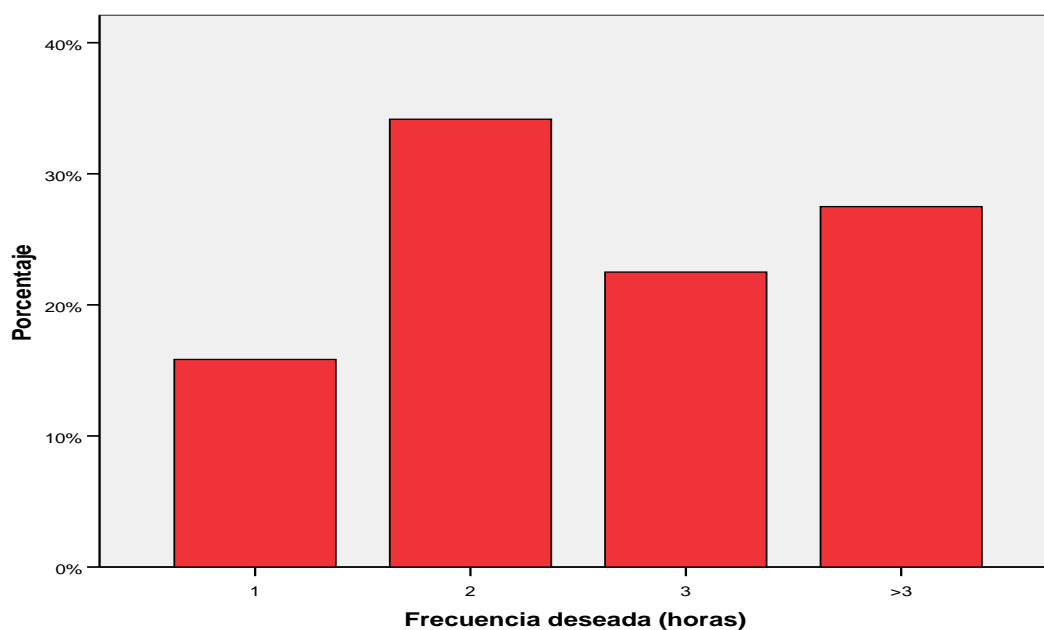


Gráfico 2. Horas semanales deseadas de práctica

Referente a la *localización temporal*, es decir cuándo les gustaría practicar, el 45% de la demanda latente preferiría acudir por las mañanas a practicar la actividad física deseada y un 36.7% por las tardes. El resto, el 18,3% preferiría por las mañanas y/o por las tardes (gráfico 3).

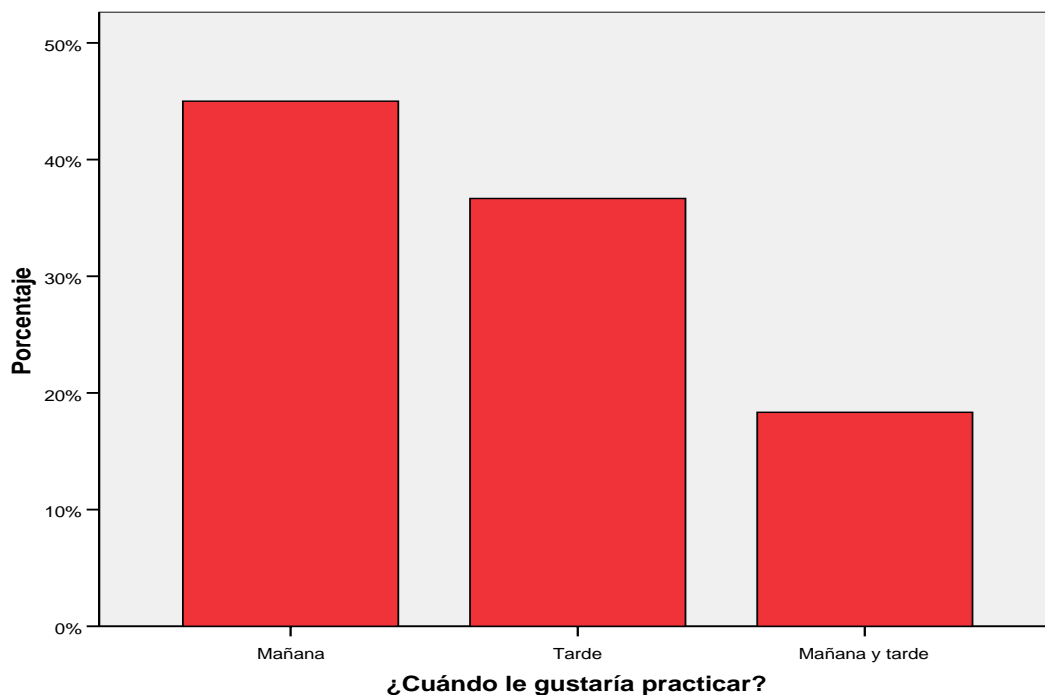


Gráfico 3. Localización temporal de la práctica deseada

En la variable *modo deseado de organización* de la práctica, la mayoría de estas personas preferirían que la actividad les fuera organizada por alguna entidad (gráfico 4): sobre todo algún tipo de entidad deportiva, el 59,6% (y dentro de ellas especialmente las entidades deportivas de los Ayuntamientos – el 44%-; seguidas a mayor distancia por las Asociaciones – el 8%- y los Centros de Empresas Privadas, - el 7,6%-); y en menor medida los propios Centros de personas mayores, el 20,2 %. Tan sólo el 16,7 % prefiere autorganizar su actividad, bien por su cuenta o con amigos y familiares

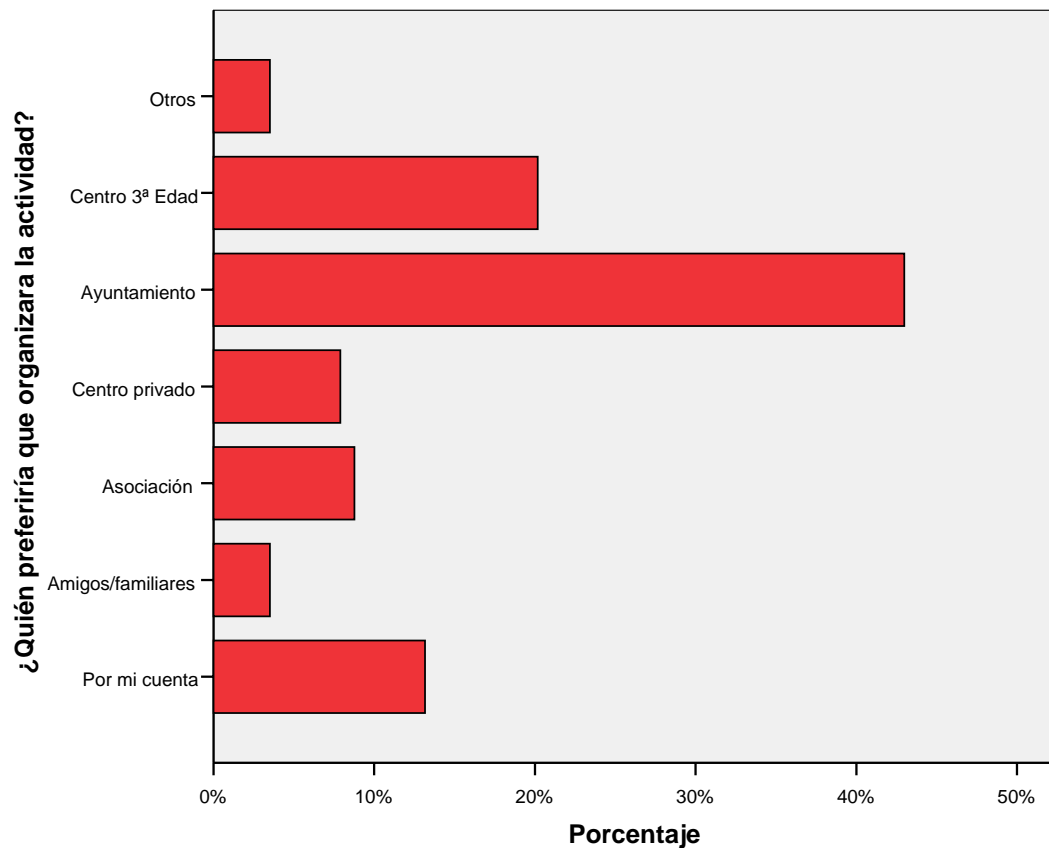


Gráfico 4. Modo deseado de organización para la práctica

4. DISCUSIÓN

Con respecto al resultado obtenido en la demanda latente, el 12,8% de todas las personas mayores en España, es muy inferior al obtenido en la provincia de Guadalajara (Jiménez-Beatty et al., 2006), y en la Comunidad de Madrid (Jiménez-Beatty y Martínez del Castillo, 2007). Ello podría haber sido propiciado por un cambio en la pregunta y por una mayor diversidad de la población estudiada. Respecto a la pregunta, en los estudios de la Comunidad de Madrid y de la provincia de Guadalajara, se preguntó a las personas mayores si desearían realizar actividad física y en el presente estudio se preguntó si desearían realizar actividad física semanalmente. Es decir, la nueva versión de la pregunta implicaba un mayor grado de compromiso con la actividad física. Por otro lado, la muestra de este estudio en toda España es representativa de todos los tipos de municipios existentes, desde los muy rurales hasta los muy urbanos, por lo que dado que la mayor parte de los municipios de la Comunidad de Madrid son muy urbanos, así como el municipio capital de la provincia de Guadalajara, es probable que en ellos la necesidad de practicar actividad física regular esté ya más arraigada

en sus personas mayores que en otro tipo de municipios más rurales y menos desarrollados socioeconómicamente y deportivamente.

En cuanto a las actividades que desearían realizar, la mayoría de las personas mayores en España (el 83%) se decantan por practicar programas de actividad física en sala, seguidos por actividad física en el medio acuático y de manera más minoritaria otras actividades. El predominio en la demanda de ambas actividades es similar al observado en los estudios de Guadalajara y Madrid.

En referencia a las expectativas en el número de horas semanales que desearían practicar, la mayoría (el 84%) desearía practicar dos horas o más a la semana, tendencia coincidente con los estudios de Guadalajara y Madrid (si bien debe advertirse que en esos estudios, se preguntaba por veces a la semana, no por horas a la semana, como en el presente estudio). Todo ello parece evidenciar que estas personas mayores serían practicantes muy regulares, si se resolvieran sus barreras percibidas (Martínez del Castillo et al., 2007).

Referente a la localización temporal de la práctica, casi la mitad de las personas practicaría por las mañanas y algo más de un tercio por las tardes, de manera muy similar a la observada en los estudios de Guadalajara y Madrid.

En el modo deseado de organización de la actividad, la mayoría desearía que su práctica fuera organizada por alguna entidad: bien deportiva, el 59,6% (sobresaliendo las menciones a los ayuntamientos) o por los centros de mayores, el 20,2%. Sólo el 16,7% prefiere autorganizar su actividad. Estos resultados son muy similares a los observados en los estudios de Guadalajara y Madrid.

5. CONCLUSIONES

Existe en España una demanda latente de actividad física en las personas de 65 años cumplidos o más, es decir un conjunto de personas con sus necesidades de actividad física no atendidas, pues no practican pero desearían practicar semanalmente, el 12,8% de estas personas mayores. Este porcentaje, promedio del conjunto de esta población en España, registra diferencias con los resultados obtenidos en otros sistemas territoriales, por lo que convendría seguir abordando en futuros estudios de necesidades de estas personas (en los que se contemplara la posible influencia de las peculiaridades de la oferta de actividad física y de los entornos de socialización deportiva, en las diferentes clases sociales presentes en cada sistema territorial).

Todo parece indicar que los servicios de actividades físicas en sala y en el medio acuático son los más demandados por el conjunto de esta población. Estas personas

probablemente serían unos practicantes muy regulares si se les organizaran adecuadamente esos servicios, pues la mayoría declara que realizaría semanalmente dos horas o más de actividad física. Con respecto a cuándo realizarían la actividad, casi la mitad la realizaría por las mañanas y algo más de un tercio por las tardes.

La mayoría de estas personas prefieren que sea una entidad quien organice su actividad, en vez de autorganizarla ellas. Sobresalen las entidades deportivas (especialmente municipales) y a mayor distancia los centros de mayores.¹

6. BIBLIOGRAFÍA

- Curtis, J., White, P., & McPherson, B. D. (2000). Age and physical activity among Canadian women and men: findings from longitudinal national survey data. *Journal of Aging and Physical Activity*, 8 (1), 1-19.
- García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: MECD – CSD.
- García Ferrando, M. (2006). *Posmodernidad y Deporte: Entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles 2005*. Madrid: CSD-CIS.
- Jiménez-Beatty, J.E., Graupera, J.L., y Martínez del Castillo, J. (2003). Hábitos y demandas deportivas de las mujeres mayores en el municipio de Madrid. *Serie ICD de Investigación en Ciencias del Deporte*, 35, 223-253.
- Jiménez-Beatty, J.E., Martínez del Castillo, J. y Graupera, J.L. (2006). *Las administraciones públicas de la Provincia de Guadalajara y la integración social de las personas mayores a través de los servicios sociales de actividad físico-deportiva*. Alcalá de Henares: Universidad de Alcalá-Ibercaja (memoria final del proyecto de investigación).
- Jiménez-Beatty, J.E. y Martínez del Castillo, J. (2007). El estudio de necesidades y la organización de actividades físico-deportivas en las personas mayores. En P. Montiel et al. (comps.) *Actas del II Congreso Internacional de Actividad Física para las personas mayores* (pp. 221-240). Málaga: Instituto Andaluz del Deporte.

¹ Esta investigación forma parte del Proyecto Coordinado de I+D+I DEP2005-00161-C03 y sus tres Subproyectos 01, 02 y 03, que han sido cofinanciados por: el Ministerio de Educación y Ciencia y los fondos europeos FEDER, así como por la Ayuda para apoyar las líneas de I+D de los Grupos de Investigación de la Universidad Politécnica de Madrid: UPM05-C-11203 y la Ayuda para proyectos de investigación de la Universidad de Alcalá.

- Martínez del Castillo, J., Jiménez-Beatty, J.E., Campos, A., Del Hierro, D.; Martín, M^a.; González, M^a.D. (2007) Barreras organizativas y sociales en la práctica de actividad física en la vejez. *European Journal of Human Movement. Motricidad*, 19, 19-35.
- Mosquera, M.J. y Puig, N. (2002). Género y edad en el deporte. En M. García Ferrando, N. Puig, F. Lagardera (Comps.). *Sociología del Deporte* (pp. 114-141). Madrid: Alianza Editorial.